

Лазос Г.П. Особливості психокорекційної допомоги підліткам у подоланні негативних переживань засобами групової форми символдрами / З.Г.Кісарчук, Г.П.Лазос // Актуальні проблеми психології [Т.3 : Консультативна психологія і психотерапія] : Зб. наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за ред.: С. Д. Максименка, З.Г. Кісарчук – К. : Видавництво ТОВ “Полігранд”, 2011. – Вип.8. – С.132–147.

-132-

Особливості психокорекційної допомоги підліткам у подоланні негативних переживань засобами групової форми символдрами

Кісарчук З.Г., Лазос Г.П.,
*Інститут психології імені Г.С. Костюка
НАПН України*

У статті викладаються результати експериментального дослідження, спрямованого на корекцію негативних переживань підлітків у стосунках з батьками засобами кататимно-імагінативної психотерапії (КІП, символдрами). На прикладі групової форми роботи показаний загальний хід психокорекції, розглянуті психодинамічно процеси в групі, проаналізовані досягнуті зміни в групі як цілому.

Ключові слова: КІП (кататимно-імагінативна психотерапія, КІП, символдрама), підліток, етап психокорекції, групова динаміка, актуальні переживання, глибинні переживання, перенесення, контрперенесення, мотив.

Постановка проблеми

Дані літератури [9;11;12], а також наші власні дослідження у сфері дитячо-батьківських взаємостосунків [3] показують, що, по-перше, останні є одним з найсуттєвіших джерел виникнення та реактивації негативних переживань у підлітків; по-друге, ці переживання визнаються дітьми як проблема і заважають подальшому спілкуванню в сім'ї та адаптації в соціумі; по-третє, як показують наші дослідження [4], діти не вміють їх «переживати» і застосовують неефективні способи для їх подолання. Негативні переживання підлітків мають як актуальну, так і глибинну природу виникнення, тобто деякі переживання та їх чинники усвідомлюються підлітками, а деякі знаходяться у сфері несвідомого, але впливають на поведінку та самопочуття дітей [2]. Складність подолання негативних переживань для підлітків обумовлюється ще й специфічними особливостями їх віку як критичного періоду розвитку з його вимогами та обмеженнями [9;10;11].

У зв'язку з викладеними даними уявляється, що існує необхідність у створенні психокорекційних програм, які б допомагали дітям долати емоційні проблеми, передбачуючи при цьому вплив на

-132-

глибинну, неусвідомлену їх складову. В цілому вважаємо, що ефективна психокорекція негативних переживань підлітків повинна будуватись на основі методів, які враховують: 1) вікові характеристики дітей; 2) допомагають їм успішно долати емоційні труднощі та формувати більш адаптивну поведінку у стосунках з батьками; 3) орієнтуються на принцип каузальності (причинності); 4) впливають на глибинну складову переживань дитини.

Дана стаття присвячена розгляду результатів апробації створеної нами психокорекційної програми для підлітків, що побудована на основі глибинно зорієнтованого методу символдрами, враховує всі перераховані вище вимоги і, на наш погляд, може слугувати моделлю для побудови інших програм, спрямованих на корекцію різних переживань та станів підлітків, що проявляються у порушеннях поведінки, стосунків тощо.

Результати емпіричного дослідження

Описуючи наше дослідження, зазначимо, що в ньому взяло участь 183 підлітка 14-15 років (учні старших класів загальноосвітніх шкіл м.Києва) та 170 їхніх батьків. Дослідження проходило в декілька етапів. Метою першого етапу було детальне вивчення змісту і особливостей прояву актуальних переживань підлітків, кризових ситуацій, які їх викликають, характеру взаємостосунків підлітків з батьками, характеристик сім'ї та провідного стилю виховання, характерних копінг-стратегій, якими користуються діти для подолання своїх переживань[3;4]. Другий етап дослідження проводився з метою вивчення глибинної складової негативних переживань підлітків, тобто обумовленості цих переживань характером ранніх стосунків дітей з батьками [2]. Третій етап дослідження був присвячений апробації психокорекційної програми допомоги підліткам, що мають емоційні труднощі у стосунках з батьками [1]. Слід також зазначити, що психокорекційна програма була розроблена та апробована як для індивідуальної, так і для групової форм роботи з підлітками, а також для індивідуальної і групової форм роботи з батьками підлітків, які залучені до психокорекційного процесу. Всього в апробації програми взяли участь 20 підлітків з експериментальної групи і 20 – з контрольної. У даній статті ми обмежимося розглядом групової форми роботи.

Для детального аналізу ми обрали психокорекційну групу, яка складалась з восьми учасників. Група працювала на протязі 6 місяців: з 03.11.2008р по 6.04.2009р. Зустрічі проводились один раз на тиждень. Загальна кількість зустрічей – 25, тривалість кожної зустрічі 2- 2,5 години. Паралельно з психокорекційною групою підлітків працювала психокорекційна група їхніх батьків, які виявили бажання взяти участь в цьому процесі.

За діагностичними даними, всі учасники групи мали високий рівень частоти виникнення та інтенсивності негативних переживань; дуже високі інтегральні показники емоційного дискомфорту за діагностичною методикою «СПА»; у всіх учасників було виявлено застосування в сім'ї несприятливих стилів батьківського виховання, як з точки зору самих дітей (за методикою «ПпБ»), так і з точки зору батьків (за методикою «ОБС»), різні види психологічної та структурної деформації в сім'ях; всі діти використовували неефективні способи подолання негативних переживань.

Виходячи з даних діагностики, історії розвитку дітей та їх запитів на групову психокорекційну роботу, ми виокремили наступні завдання психокорекційної роботи: створення психологічно безпечних умов та стосунків для самовираження дітей; розвиток у підлітків навичок рефлексії та саморегуляції власних станів та переживань; зміцнення психіки дітей та символічне її підживлення з метою активізації ресурсів; створення умов для діагностики, символічного відтворення і пропрацювання їх несвідомих конфліктів, глибинних переживань та фруструючих моментів, пов'язаних з первинними об'єктами та первинними взаємостосунками з ними; пропрацювання витіснених поведінкових тенденцій, статево-рольових конфліктів та формування у підлітків ефективних копінг-стратегій; допомога у пошуку власного місця в структурі соціальних стосунків та розвиток конструктивних способів спілкування з батьками та оточуючим середовищем; особистісне зростання підлітків (розвиток внутрішньої і зовнішньої самостійності, відчуття власних кордонів); створення умов для інтеграції психіки дітей на основі отриманого конструктивного досвіду; розширення почуття компетенції та довіри до світу.

Розглянемо загальний хід психокорекційної роботи, включаючи головні її етапи, завдання та засоби (табл. 1.1.)

Таблиця 1.1.

Завдання та засоби корекції на різних етапах групової роботи з підлітками

Етап психокорекційної роботи	Основні завдання, засоби та мотиви
I етап – введення до психокорекційного процесу (1-6 зустріч)	<p>Завдання: створення доброзичливої атмосфери та довірливих взаєностосунків між всіма учасниками групи; прийняття основних правил та норм групи; формулювання власної мотивації щодо змін та завдань; оволодіння навичками релаксації та уявлення мотивів; діагностування загального стану підлітка та сімейних взаєностосунків.</p> <p>Засоби: гра «Знайомство»; вправи «Я висловлювання», «Я тобі раджу...», «Лист в майбутнє»; пригадування та уявлення казок («Улюблена казка»); уявлення, малювання та обговорення мотивів («Квітка», «Три дерева»).</p>
II етап – активізація ресурсів (7-12 зустріч)	<p>Завдання: створення умов для символічного підживлення та зміцнення психіки дитини; активізація ресурсів дитини; формування навичок конструктивної взаємодії як в образі, так і під час обговорення; подальший розвиток довіри в групі для ефективної рефлексії та усвідомлення власних переживань та проблем; пошук власного місця в структурі соціальних стосунків, діагностика конфліктів на ранніх стадіях розвитку.</p> <p>Засоби: вправи «Найприємніший спогад дитинства», «Свічка довіри»; рольові ігри на комунікацію; уявлення, малювання та обговорення мотивів («Улюблена тварина», «Пікнік», «Зоопарк»); методика «Прямий асоціативний тест».</p>
III етап – етап конструктивних змін (13-21 зустріч)	<p>Завдання: створення умов для прояву, усвідомлення та пропрацювання головних глибинних конфліктів; виявлення та пропрацювання стосунків перенесення в групі і за допомогою групи; побудова нового образу взаємовідносин із світом, зміна неефективних захистів та копінг-стратегій на ефективні; створення умов для символічного відтворення та пропрацювання первинних страхів та переживань, пов'язаних із власною ідентифікацією; створення безпечної атмосфери для прояву почуттів різної полярності; робота з агресивними, депресивними та тривожними переживаннями.</p> <p>Засоби: вправи «Гарячий стілець»; уявлення, малювання та обговорення мотивів («Подорож у печеру», «Подорож на повітряній кулі», «Похід у гори», «Лицарський турнір»); робота із сновидіннями, аналіз перенесення та опору.</p>

IV етап – <i>заключний</i> (22-25 зустріч)	Завдання: асиміляція набутого конструктивного досвіду; підготовка до реалізації надбань у реальному житті; рефлексія взаємостосунків та ступеню виконання власних завдань, які ставились на початку роботи групи; підготовка учасників групи до завершення психокорекційної роботи. Засоби: уявлення, малювання та обговорення мотивів («Будівництво будинку»); створення перехідного та інтегративного символів – гра «Символ»; обговорення вражень від роботи та взаємодії і планів на майбутнє.
---	---

Як бачимо з наведеної таблиці, впродовж групової психокорекційної роботи ми намагались виявити та опрацювати конфлікти підлітків як у їх актуальному прояві, так і на глибинному рівні, покращити їх взаємостосунки з батьками, однолітками, оточуючим середовищем, розвинути рефлексивні та креативні здібності дітей. За нашою гіпотезою, підґрунтям емоційних проблем підлітків, які брали участь у психокорекційній роботі, було несприятливе проходження стадій раннього розвитку, на яких, в умовах надмірної фрустрації, сформувались негативні переживання, що спричиняють емоційні труднощі і проблеми у їх актуальному житті. До таких переживань можна віднести: відчуття нестабільності та байдужості оточуючого світу, недовіру до нього; страх втрати власного «Я» та свій життєвий простір, що переживається як відчуття несвободи і залежності; страх втрати об'єкту, відчуття себе покинутим; страх самостійності та самовираження у взаємодії зі світом; страхи, пов'язані із ймовірністю втрати батьківської любові та тілесних пошкоджень (які мали місце у анамнезі багатьох учасників групи); невпевненість у собі, страх покарання та відчуття провини; страхи, пов'язані із обмеженнями і закономірностями. Щодо актуальних факторів, які реактивують первинні страхи та переживання дітей, то основними серед них, згідно анамнезу та запитів дітей, є: тісний, симбіотичний зв'язок батьків (особливо матерів) з дитиною; плутанина ролей в сім'ї (коли підліток виконує функції батька або матері); відсутність батька; неможливість психологічної сепарації від батьків або, навпаки, повна байдужість батьків до інтересів дитини; жорстокість та алкоголізм в сім'ях підлітків; нехтування батьками інтересів та бажань своїх дітей; досить високі вимоги та рівні досягнень, виставлені батьками до своїх дітей;

відсутність почуття любові й ніжності від батьків; сімейні сварки та економічна скрута тощо.

В груповій роботі, як видно з таблиці, засоби символдрами комбінувались із поведінковими вправами та прийомами, які взаємодоповнювали один одного, сприяючи на кожному з етапів оптимальному виконанню його завдань. На першому етапі було проведене комплексне діагностування як за допомогою засобів символдрами, так і завдяки вправам на комунікацію, де діти демонстрували свої навички спілкування та створення стосунку (наприклад, гра «Знайомство»); завдяки символдраматичним прийомам учасники групи навчилась релаксації та імагінації із заплученими очима, а за допомогою вправ «Я-висловлювання», «Я тобі раджу...», «Лист в майбутнє» - створенню близьких, довірливих стосунків, кращому пізнанню один одного; розумінню правил та форм комунікації в групі; усвідомленню своїх мотивів та визначення завдань на психокорекційну роботу. На другому етапі за допомогою символдраматичних мотивів ми пропрацьовували глибинні конфлікти дітей, а завдяки використанню допоміжних засобів сприяли створенню позитивного настрою перед роботою з образом, формуванню та закріпленню навичок комунікації, підвищенню рівня довіри дітей до психологів та один до одного. Щодо третього етапу, то за допомогою символдраматичних мотивів та аналітичних бесід ми опрацьовували взаємостосунки дітей з їх первинними об'єктами, вчилися конфронтувати та знаходити, завдяки пробним діям, способи проявляти та утилізувати агресію. А техніки роботи із сновидіннями, діагностична методика «Прямий асоціативний тест» допомагали знаходженню символічних, значимих моментів, пов'язаних із зоною конфлікту, сприяли саморозкриттю, розумінню власної ролі та позиції в сім'ї, в соціумі та усвідомленню власної поведінки. На заключному етапі психокорекційної роботи мотиви символдрами допомагали діагностувати рівень особистісного зростання кожного учасника психокорекційної групи, закріплювати результати процесів розвитку їх самостійності, відчуття власних кордонів та сприяли створенню умов для інтеграції психіки на основі отриманого під час психокорекційної групової роботи позитивного досвіду. А на основі допоміжних вправ ми сприяли асиміляції усвідомлених під час роботи переживань і набутого досвіду взаємостосунків, реалізації їх у реальному житті, а також

рефлексії особистісних змін, полегшенню процесу сепарації дітей від психолога.

Перейдемо до змістовного розгляду групового процесу. Проаналізуємо його згідно етапів розвитку групи та тих завдань, які вирішувались на кожному з них. Під час проведення групових сесій ми звертали увагу як на загальні динамічні процеси, властиві групі на тому чи іншому етапі, так і на динамічні процеси кожного з учасників. У даній статті ми обрали у якості фокусу аналізу динамічні процеси, властиві групі як цілому. Ці процеси відслідковувались нами на двох рівнях: *рівні зовнішніх проявів* (поведінковому) - увага зверталась на особливості формування сетінгу та робочого альянсу, та *рівні глибинного змісту* - відстежувались «загальні» емоції, бажання, захисти, фантазії групи.

Перший етап розвитку групи (*введення до психокорекційного процесу*), характеризувався наступними особливостями групових динамічних процесів. На *поведінковому рівні* група намагалась прийняти норми та правила роботи. Можна сказати, що на протязі першого етапу більшість членів групи зрозуміли, прийняли та дотримувались цих правил. Щодо особливостей взаємодії, то було помітно, що підлітки, використовуючи свої звичні патерни спілкування, взаємодіють неефективно (це проявлялось або у вигляді довгого мовчання, або у вигляді безпредметних розмов, сміху тощо). Мали місце досить агресивні висловлювання з метою позначити свої кордони та захиститись, а також боротьба за увагу психологів, яка проявлялась у вигляді любові, гніву та роздратування по відношенню до інших учасників групи у відповідності до їх стосунків з психологом. Ця увага особливо проявлялась у образах та малюнках після образу. Діти намагались якомога краще, незвичніше та цікавіше представити себе (мотив «Квітка»). Характерним було також й те, що під кінець цього етапу діти поділились на тих, хто виявляв агресію і активно спілкувався й на тих, хто відмовчувався. Взаємодія відбувалась переважно на рівні учасник – психологи, звертатись безпосередньо один до одного дітям було ще важко. Аналізуючи характеристики створення *робочого альянсу*, можна сказати, що не всі діти включались в роботу, більшість з них не розуміла і не була ще здатна не тільки опрацьовувати, а й, навіть, говорити про свої складнощі у взаємостосунках з батьками, про інші власні проблеми. Тому, якщо

хтось починав говорити, діти не включались в процес обговорення, не проявляли емпатії, і, загалом, уникали складних проблемних тем. Щодо *рівня глибинного змісту* то можна сказати, що діти захищались від своєї тривоги, яку породжувала новизна та невідомість ситуації (для всіх учасників групи це був перший досвід групової роботи), адже ще були невідомими та несформульованими норми та правила роботи групи. Незвичність ситуації викликала у учасників такі емоційні прояви, як підозрілість, страх викриття, тривога щодо «атаки» як з боку психологів, так і з боку інших учасників. Наприклад під час обговорення мотиву «Три дерева» ці страхи заважали не тільки тим дітям, які намагались фантазувати щодо своїх образів та малюнків, а й тим, які надавали зворотний зв'язок (збереження «реноме» в групі, укриття сімейних таємниць, алкоголізму тощо). Аналізуючи характерні *захисти* та прояви опору дітей на даному етапі, можна виокремити такі: сміх; мовчання; запізнення всієї групи або, навпаки, її прихід заздалегідь на сесію; часті спроби та намагання спілкуватися з психологами поза межами групи. Щодо *рівня переносних та контрпереносних* почуттів, то можна зазначити, що група сприймала психологів як захисників (психологи ведуть групу, визначають правила роботи групи та інші умови). На даному етапі характеристиками *перенесення* були такі: сильне бажання сподобатись, стати «улюбленою» дитиною, прагнення до приєднання, симбіозу. Відносно наших *контрпереносних почуттів*, то основними з них були: бажання підтримати, жалість, співчуття.

Підсумовуючи в цілому результати першого етапу можна сказати, що діти прийняли норми та правила групи, майже всі оволоділи навичками релаксації та уявлення мотивів; було продіагностовано загальний стан підлітків та їх сімейних взаємостосунків, більшість з підлітків почали цікавитись один одним, демонструвати більш ефективну поведінку та випробовувати нові патерни взаємостосунків («пробні дії»). А універсальність (очевидність) проблем в сім'ї кожного, що символічно відобразились в образах, та підтримка психологів, формування ідеї, що все можна виправити, перші навички роботи з образами за методом символдрами сприяли когезії групи та створенню більш довірливих стосунків, сформували готовність та бажання цілеспрямовано опрацьовувати власні проблеми.

Групові процеси на наступному етапі (*активізація ресурсів*) можна охарактеризувати наступним чином. На *поведінковому рівні* діти

педантично дотримувались встановлених норм та правил роботи групи. Саме на цьому етапі учасники групи намагались старанно зберігати прийняті норми, правила, лінії поведінки та відданість психологам, вимагаючи цього один від одного. Також можна було спостерігати перші спроби взаємодії один з одним та налагодження стосунку як під час уявлення образів, так і при їх обговоренні (наприклад перший груповий образ «Пікнік», з образу вийшла лише одна учасниця, всі решта – все робили разом, бачили один одного тощо). Помітно зменшилась кількість конфліктів, учасники почали обережніше ставитись один до одного. Більшість групи включилась в процес опрацювання власних проблем, діти почали проявляти свої почуття, говорити про складні переживання, деякі – продовжували опиратись (відмовчування, сарказм, витівки). Але відчувалось, що для підлітків головними були виключно власні проблеми і переживання, проявів емпатії та співучасті, зацікавленості проблемою іншого на цьому етапі ще не відмічалось. Перейдемо до аналізу групи на *рівні глибинного змісту*. Зауважимо, що група, завдяки образам та певній взаємодії під час їх уявлення, символічно «підживлювалась» (наприклад в мотиві «Пікнік» - багато говорили, їли та пили у образі), що допомагало дітям не лише «підбиратись» ближче до конфліктного матеріалу, але й дозволяти собі почуття суму, страху та злості. Відмічалось суттєве полегшення станів кожного після виконаних образів, малюнків та їх опрацювання. Головними *захистами* дітей на цьому етапі були: намагання збільшити час зустрічей; вимагання від психологів чіткої структуралізації процесу («ведення» їх по образу); відреагування у вигляді жвавого обговорення та сміху під час невеликих перерв та по закінченню сесій; продовжувались спроби спілкування з психологами поза межами групи. Розглядаючи *контрпереносні* та *переносні* особливості переживань на цьому етапі, можна виокремити наступне. Група в переносі продовжувала ідеалізувати психологів, прагнучи допомоги, захисту та порад на всі випадки життя; багато хто з учасників турбувався про психологів, інші – відчували провину за скутість і несамотійність. Майже весь час група проявляла бажання симбіотичної єдності з психологами, але на передостанній зустрічі наважилась на «бунт» - активно налаштована підгрупа взяла на символічному рівні на себе керівництво іншими учасниками і, під час уявлення образу «Зоопарк», підлітки,

перетворившись на звірів втекли з зоопарку, незважаючи на охоронців та директора. Щодо *контрпереносних* почуттів, то ми відстежували помірне роздратування та смуток з приводу нескінченних одноманітних оповідань, «зависання» в образах (діти постійно багато їли та бешкетували), ми відчували інколи бажання підштовхнути групу до рішучих дій, перші прояви активності, які з'явилися наприкінці цього етапу, викликали у нас почуття радості та бажання підтримки, але відверті розповіді й страждання деяких підлітків продовжували викликати співчуття та жалість.

Отже, на цьому етапі були створені умови для символічного підживлення та зміцнення психіки дітей, тим самим активізувавши їх ресурси. Діти усвідомили та почали змінювати свої звичні форми спілкування один з одним як в образах, так і під час обговорень на більш конструктивні. Організована в групі рефлексія та емоційний досвід, отриманий під час уявлення образів, сприяв розумінню власних переживань, бажань та імпульсів. Діти усвідомили позиції та ролі, які вони займають у соціумі та у стосунках з батьками. Отриманий в групі матеріал доповнив діагностичні дані по кожному щодо конфліктів на ранніх стадіях розвитку, а подальший розвиток довіри в групі сприяв прояву неусвідомленого матеріалу та тих почуттів, які діти не визнавали. Таким чином, група була психологічно готовою для переходу до третього етапу.

На третьому етапі (*етапі конструктивних змін*) відбувались такі процеси. На *поведінковому рівні* група характеризувалась відповідальністю та зацікавленістю і змістовно займалась різноманітними проблемами; відмічались прояви ефективної взаємодії та перші спроби конфронтації з психологами. Всі учасники були включені в роботу, відкрито проявляли весь спектр своїх емоцій та переживань, намагались сумлінно їх аналізувати, а усвідомлення універсальності проблем та страждань у кожного завдяки обговоренню, допомогла учасникам уважно ставитись до проблем і почуттів інших, з'явилась емпатія та співчуття один до одного. На *рівні глибинного змісту* в групі, особливо під час уявлення образів, оживали сцени з ранніх об'єктних стосунків, спостерігалось коливання фантазій від ранніх, нарцисичних, у вигляді очікування магічної допомоги від психологів (діти явно проявляють свою неспроможність й залежність та передають відповідальність за себе психологам як

всесильним фігурам батьків) до зрілих фантазій у вигляді власної спроможності, спроможності групи та фантазій щодо керівництва групою (повна відмова від залежності та сепарація від психологів). Так, наприклад, під час уявлення образу «Подорож у печеру», діти, зіткнувшись із своїми несвідомими страхами у печері, уявили собі так званих «провідників», які своїми символічними подарунками допомогли дітям подолати свої негативні переживання й вийти з печери оновленим, трансформованим шляхом. А під час уявлення образу «Політ на повітряній кулі», по-перше, всі діти змогли сісти у кошик і «відірватися від землі» (сепарація), по-друге, деякі з них активно взаємодіяли із хмарами і пили вино (як символ порушення правил). Уявляючи образ «Лицарський турнір» діти, взагалі, самі обрали команду супротивників, самі визначали ролі, обрали керівника тощо. Серед характерних *захистів* групи на цьому етапі виокремимо головні: прояви опору стосовно опрацювання глибинних конфліктів (відмова від активних дій у образах, холод, страх, темрява, запаморочення тощо); розщеплення (поляризація почуттів, ставлень до психологів); сексуалізація (група намагалась «звабити» психологів, один одного). Головними *переносними почуттями* на цьому етапі були: з одного боку, ідеалізація психологів та наділення їх магічними властивостями (у мотиві «Подорож у печеру» психологи виступали у якості «провідників»), з іншого – агресивні почуття у вигляді різних форм конфронтації з ними, проявів агресії, роздратування та «скинення з п'єдесталу». У відповідь, у *контрпереносі*, ми відчували радість та пожвавлення з приводу розвитку несміливих форм негативного перенесення, підтримуючи його та, навіть, провокуючи конфронтацію з нами та прояви агресивних тенденцій як в образах, так і на рівні реальних взаємостосунків.

Отже, під час третього етапу психокорекційної роботи і розвитку групи, підлітки, долаючи свої страхи та тривоги, впорались до певної міри з опрацюванням своїх головних конфліктів, пов'язаних із первинними об'єктами, сепарацією від них та опрацюванням певних аспектів статевої ідентифікації. Група, визначивши свої рамки та згуртувавшись, об'єдналась і глибоко та сумлінно пропрацьовувала свої конфліктні зони. Вона являла собою соціальний організм, члени якого були пов'язані між собою спільною метою (цілеспрямоване опрацювання власних проблем), координованим, конструктивним

стилем поведінки та спілкування; і характеризувалась зростанням внутрішньої свободи, саморозкриттям учасників, зближенням між собою, взаємопідтримкою. Це дало можливість проявити та опрацювати головні глибинні конфлікти, переносні переживання в групі і за допомогою групи.

Останній, заключний етап розвитку групи як цілого характеризувався наступним. На *поведінковому рівні* проявів учасників групи виявлялись високий ступінь відповідальності учасників групи, повне прийняття та «ідентифікація» з груповими нормами, зміна інфантильних проявів в поведінці деяких учасників на зрілу, конструктивну взаємодію в групі як один з одним, так і з психологами. Учасники ефективно вирішували конфлікти та створювали зрілі взаємостосунки між собою. Всі підлітки були активно включені в роботу, майже всі отримали засоби і навички опрацювання свої переживань та проблем; діти приймали один одного та проявляли уважність до проблем та переживань кожного; довіра в групі досягла найвищого рівня. На *рівні глибинного змісту* група почала сумувати з приводу закінчення, деякі з учасників почали знову тривожитися. Це досить яскраво проявлялось на *рівні переносних* почуттів, коли учасники, знов відчувши тривогу, коливались в своїх почуттях до психологів від роздратування та смутку до тріумфу; також спостерігались коливання проявів ідеалізації та знецінення, але вже не тільки стосовно психологів, але й стосовно один одного. Щодо *контрпереносних* почуттів, то ми теж відчували смуток з приводу прощання, гордість та вдячність за довіру і роботу; в кінці, після підсумку результатів – задоволення та радість. Описуючи *захисти*, притаманні групі на цьому етапі, можна в цілому зазначити, що група майже перестала захищатись. Усвідомлюючи прощання з групою, деякі учасники, частково знаходячись ще на попередній стадії групової роботи, намагались зупинити процес поступового розставання або повернути його назад (наприклад, знову звертаючись до вичерпаних тем чи регресуючи до первинної, переважно депресивної, симптоматики), але достатній рівень усвідомлення та рефлексії своїх почуттів дозволив їм впоратись з цими переживаннями.

Мотив «Будівництво будинку», його обговорення, гра-вправа «Символ», написання листів та обговорення почуттів дали змогу

зрозуміти що процес формального (фактичного) завершення групи майже співпав із процесом психологічного її завершення, на що вказували наступні фактори: більшість первинних симптомів, які проявлялись у негативних переживаннях підлітків, і які змусили їх відвідувати групу, майже зникли; групова робота сформувала більш зрілі структури (функції) Суперого та Его, що проявлялось у розвитку самостійності дітей, нових способах реагування в складних ситуаціях та подолання переживань; в процесі групової роботи більшість учасників змогла подолати опір та оволоділа здатністю (навичками) адекватного сприйняття об'єктивної реальності, майже не викривляючи її проєкціями; завдяки груповій роботі всі учасники групи отримали навички самоаналізу, навчилися застосовувати їх на практиці, а також розвинули свої креативні здібності; у підлітків виразно проявилась тенденція до інтеграції різних компонентів афекту - діти почали проявляти свої почуття, усвідомлювати їх, вербалізували, проговорюючи їх причину, знаходили шляхи вирішення конфліктної ситуації, а також переносили ці нові патерни поведінки на домашні ситуації з батьками.

Отже, підсумовуючи роботу останнього етапу психокорекційної роботи, можна сказати, що підлітки, усвідомлюючи та інтерпретуючи власні взаємостосунки та ступінь виконання завдань, які ставились на початку роботи, були задоволені результатами, а ми, в свою чергу, відмітили рівень зростання рефлексивних здібностей кожного учасника. Робота щодо асиміляції набутого досвіду та впровадження надбань, отриманих в групі у подальше життя була проведена та перевірена як на символічному рівні («Будівництво будинку»), так і на безпосередньому, прямому (рефлексії учасників, способи взаємодії, плани на майбутнє). Група була підготовленою до закінчення роботи.

Висновки

Отже, на основі анамнезу, життєвих історій та даних діагностики було виділено низку завдань щодо психокорекційної програми для групової форми роботи. Ці завдання стосувались як створення спеціальних, безпечних умов в групі, навчання дітей релаксації, уявленню образів, так і пропрацювання несвідомих конфліктів та глибинних переживань підлітків, формування у них ефективних копінг-стратегій та способів спілкування з батьками і оточуючими,

особистісного зростання. Для цього були вибрані відповідні засоби та мотиви символдрами та поведінкові вправи і прийоми.

Під час роботи група пройшла чотири етапи (*введення до психокорекційного процесу, активізація ресурсів, етап конструктивних змін, заключний етап*), кожний з яких передбачав досягнення певної мети за допомогою обраних вправ та мотивів. На кожному з етапів група аналізувалась як ціле на двох рівнях: *рівні зовнішніх проявів* (поведінковому) - увага зверталась на особливості формування сетінгу та робочого альянсу, та *рівні глибинного змісту* - відстежувались «загальні» емоції, бажання, захисти, фантазії групи.

На основі аналізу динаміки розвитку групи від першого до четвертого етапів ми відстежили наступне: група стала згуртованою, учасники довіряли один одному свої почуття, думки, життєві історії; група характеризувалась як цілісний організм завдяки створенню стосунків між учасниками; група прийняла та ідентифікувалась з груповими нормами; група в переносі пережила всі почуття від інфантильної любові та бажання симбіозу до агресивних, сміливих почуттів «скинення з п'єдесталу» психологів; група підготувалась до закінчення і «пережила» своє завершення та розпад.

Список використаної літератури:

1. Кісарчук З.Г., Лазос Г.П. Модель корекції негативних переживань підлітків засобами кататимно-імагінативної психотерапії як глибинно зорієнтованого методу /Актуальні проблеми психології. Том.3.: Консультативна психологія і психотерапія: Зб.наук.праць Ін-ту психології ім.Г.С.Костюка НАПН України /За ред. Максименка С.Д., Кісарчук З.Г. – Ін-т психології ім. Г.С.Костюка НАПН України, 2010. – вип.7. – с.189-211.
2. Лазос Г.П. Глибинна складова негативних переживань підлітка як фактор їх виникнення та інтенсивності // Актуальні проблеми психології. Том.3.: Консультативна психологія і психотерапія: Зб.наук.праць Ін-ту психології ім.Г.С.Костюка АПН України /За ред. Максименка С.Д., Кісарчук З.Г. – Інститут психології ім.Г.С.Костюка АПН України; Видавець ПП Лисенко М.М., 2009. – вип.6. – с.213-224.
3. Лазос Г.П. Проблема дослідження негативних переживань сучасних підлітків у стосунках з батьками /Журнал практикуючого психолога. 2008, вип.14. – с.169-177.
4. Лазос Г.П. Способи подолання підлітками негативних переживань, пов'язаних із стосунками з батьками / Актуальні проблеми психології. Том.3.: Консультативна психологія і психотерапія: Зб.наук.праць Ін-ту психології ім.Г.С.Костюка АПН України /За ред. Максименка С.Д., Кісарчук З.Г. – Ніжин: Міланік, 2008. – вип.5. – с.213-224 – с.205-216.
5. Лейнер Х. Кататимное переживание образов: Основная ступень; Введение в психотерапию с использованием техники сновидений наяву; Семинар: Пер.с нем. – М.:Эйдос, 1996. -253с.
6. Обухов Я.Л. Символдрама. Кататимно-имагинативная психотерапия детей и подростков. – М.:Эйдос, 1997. – 112с.

7. Рима́н Ф. Основные формы страха. – М.: Класс, 2000. – 325с.
8. Хорн Г. Шесть этапов развития ребенка в зеркале символдрамы// Символ и драма. - 2000., - №5. – С.12-25
9. Deutsch H. Selected problems of adolescence. — New York: International Universities Press, 1987. — 147 p.
10. Eissler K. R. Notes on problems of technique in the psychoanalytic treatment of adolescents: with some remarks on perversions // Psychoanalytic Study of the Child. — 1978. — Vol. 13. — P. 223–254.
11. Offer D. The psychological world of the teenager. — New York: Basic Books, 1991. – 256 p.
12. Peaks T., Egli D. The language of feelings // J. Contemp. Psychoter. 1982. V/ 13. N. 2. P. 162-174

Кисарчук З.Г., Лазос Г.П. Особенности психокоррекционной помощи подросткам в преодолении негативных переживаний методом групповой символдрамы.

В статье представлены результаты экспериментального исследования, направленного на коррекцию негативных переживаний подростков в их взаимоотношениях с родителями с помощью кататимно-имагинативной психотерапии (КИП, символдрамы). На примере групповой формы работы показана общая характеристика психокоррекции, рассмотрены психодинамические процессы в группе, проанализированы достигнутые изменения в группе как целом.

Ключевые слова: Катимно-имагинативная психотерапия (КИП, символдрама), подросток, этап психокоррекции, групповая динамика, актуальные переживания, глубинные переживания, перенос, контрперенос, мотив.

Kisarchuk Z.G., Lazos G. Features of psychocorrection assistance to adolescents in overcoming negative emotions by group symboldrama.

In the article are the results of the experimental study on the adjustment of the negative experiences of adolescents in their relations with parents using the katathym-imaginative psychotherapy (KIP, symboldrama). On example of the group form of work we illustrate the general characteristic of psychocorrection, considered psychodynamic processes in the group, also we analyse the achieved changes in the group as a whole.

Keywords: katathym-imaginative psychotherapy (KIP, symboldrama), adolescents, stage of psychocorrection, group dynamics, actual (relevant) experience, deep experience, transference, contrasference, theme.